

病院と地域を結ぶ病院情報誌

# Clear

くりあ

ご自由に  
お持ちください

2024年  
春・夏号

外科で扱う病気について  
整形外科の疾患について  
特定看護師の取り組みについて  
心肺運動負荷試験  
食事で夏バテ対策必要な栄養素は？



病院と地域を結ぶ病院情報誌

# Clear くりあ

2024年  
春・夏号

- 3 新年度のご挨拶
- 4 外科で扱う病気について
- 8 整形外科の疾患について
- 12 特定看護師の取り組みについて
- 14 心肺運動負荷試験
- 16 食事で夏バテ対策必要な栄養素は？
- 17 健康管理センターからのお知らせ
- 18 新任医師のご紹介
- 19 公共機関などの時刻表

## 小山記念病院理念

私は、心から患者様の身になって  
医療行為を致します。

## 基本方針

- 1. 地域中核病院として、社会的使命を果たします。
- 1. 患者様の意思を尊重した、  
安心安全で質の高い医療を実践します。
- 1. 品格のある医療人の育成に努めます。

## 患者様の権利

- 1. 良質かつ高度な医療を受ける権利 公平に適切で、安心な医療を受ける権利を有します。
- 1. 自由に選択できる権利 医師、病院の選択や変更が、自由にできます。
- 1. 自らの意思で決める権利 十分な説明と情報を受けた上で、治療方法などを決める権利を有します。
- 1. 十分な情報提供を受ける権利 セカンドオピニオンが保障され、十分な医療情報を受ける権利を有します。
- 1. プライバシーが守られる権利 医療上の個人情報や、プライバシーはすべて保障されます。
- 1. 個人の尊厳が保たれる権利 常に一人の人間としての人格を尊厳される権利を有します。

# 新年度の「ご挨拶」

小山記念病院

院長 池田 和穂



地域の皆さまには、日頃より小山記念病院の運営につきまして、心温まるご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。

当院はこの鹿行地域における急性期医療を支える病院としての役割を果たしてきました。もちろん、当院だけで医療のすべてを担うことは出来ません。より一層の高齢化社会を迎える現在、当院の体制も変わっていかねばなりません。当院としては、さらなる地域貢献のため、近隣の医療機関とのより緊密な連携、救急医療（域外搬送の減少）、がん診療（手術、化学療法、緩和ケア）の充実を目指していきます。また多職種のスタッフが自己研鑽し、より高いレベルの医療を皆さまに提供したいと考えております。地域の皆さまとともに歩む病院でありつづけるために、今後も職員一同、努力していきます。今後とも変わらぬご支援のほど、よろしくお願ひ申し上げます。

小山記念病院 看護部

看護部長 岩間 由起子



新年度のスタートにあたり、心からのご挨拶を申し上げます。

小山記念病院は、地域に貢献し地域の人々へ医療を提供することを常に念頭に活動しております。私たち看護師は「患者さまの立場に立つて考え、判断できる思いやりのある看護を提供する」を理念にかかげ、みなさまに安全・安心・安楽な看護が提供できるように、看護部一丸となって取り組む所存です。そして、超高齢化社会を迎え、医療も日々進歩している中、鹿行地域の中核病院として、地域や病院の多様な場において、安心・安全な患者ケアを提供していきます。

新年度は、確かな技術と知識をさらに深め、より質の高い看護を提供していきたいと考えております。皆様に寄り添った看護を提供できるよう、日々努力してまいります。どうぞよろしくお願ひします。

## 紹介状予約専用ダイヤル

小山記念病院では、地域のかかりつけ医からの紹介状をお持ちの患者様を優先して診療しております。

受付から診療までの手続きをスムーズに行うために、紹介状をお持ちの患者様の事前予約取得をご案内しております。

紹介状予約患者様専用のダイヤルを開設いたしましたので、是非ご利用ください。

### 紹介状での

ご予約をいただくことで…

- ◆ 診療情報などの確認などによる待ち時間を緩和できます。
- ◆ 検査やお薬の重複を避けることができ、無駄な費用や待ち時間を無くすることができます。

### 紹介状予約患者様専用ダイヤル



0299-881-2233



月～金曜日／9時～16時  
土曜日／9時～12時

# 外科で扱う病気について

当院で手術を行うことの多い悪性疾患の胃がんと大腸がんについて説明いたします。

胃がんの手術は、胃のがん細胞を摘出することを目的とした外科的な治療法です。胃がんは進行すると周辺組織やリンパ節に転移することがあり、手術はがんの進行を防ぐために重要な役割を果たします。

手術の種類は、がんの進行度や患者の状態に応じて異なります。一般的な手術には、部分的な胃の切除術や胃全摘術があります。部分的な胃の切除術では、がんのある部分のみを摘出し、残された健

康な胃を維持します。一方、胃全摘術では、胃全体を摘出し、食道を他の消化器臓器とつなぐ手術が行われます。


手術前には、患者さんの全身状態やがんの進行度を評価するためにさまざまな検査が行われます。これには、内視鏡検査やCTスキャンなどの画像診断が含まれます。また、術前化学療法が行われることもあります。これらの治療は、がん細胞の縮小や転移の抑制を目的として手術前に実施されることがあります。

手術後は、患者さんの回復をサポートするために適切なケアが



外科

おくだ よういち  
奥田 洋一 先生



提供されます。これには、適切な栄養摂取、痛み管理、リハビリなどが含まれます。また、手術後のフォローアップ診察や定期的な検査も重要です。

大腸がんの手術は、大腸や直腸に存在するがん細胞を摘出するための外科的治療です。大腸がんは早期発見が重要であり、手術はがんの進行を防ぎ、治療を目指す主要な治療法の一つです。

手術の種類は、がんの位置や進行度によって異なります。一般的な手術には、大腸切除術や直腸切除術があります。大腸切除術では、がんのある部分を摘出し、残された健康な大腸をつなぐ手術が行われます。直腸切除術は、直腸に位置するがんを摘出する手術であり、必要に応じて人工肛門（造設術）が行われることもあります。

胃がんと同様に手術前の検査は、

患者さんの全身状態やがんの進行度を評価するための検査が行われます。これには、内視鏡検査やCTスキャンなどの画像診断が含まれます。また、術前化学療法や放射線療法が必要な場合があります。これらの治療は、がんの縮小や転移の抑制を目的として手術前に実施されることがあります。

手術後も胃がんと同様の患者さんの回復をサポートするために適切なケアが提供されます。

また手術後のフォローアップ診察や定期的な検査が重要な点も胃がんと同様です。

胃がんや大腸がんの手術は、がんの早期発見と治療に重要な一環です。適切な手術によってがん細胞を摘出し、再発や転移を防ぎ、患者の生存率や生活の質を改善することが期待されます。しかし、手術はリスクを伴うため、患者と医師との間で事前に適切な情報共有と検討が必要とされています。



胃がんおよび大腸がんの腹腔鏡手術は、内視鏡を用いて行われる外科手術の一種です。腹腔鏡手術は、従来の開腹手術と比べてより小さい切開で行われるため、傷跡が小さく、回復が早いという利点があります。

当院では、胃がんや大腸がんの手術を行う際に積極的に腹腔鏡による手術を行っております。腹腔鏡手術では、全身麻酔下で手術が行われ、腹部に小さな切開を行い、内視鏡を挿入して手術を行います。内視鏡は腹腔内の映像を拡大し、外科医が手術を正確に行うのに役立ちます。手術が終了すると、



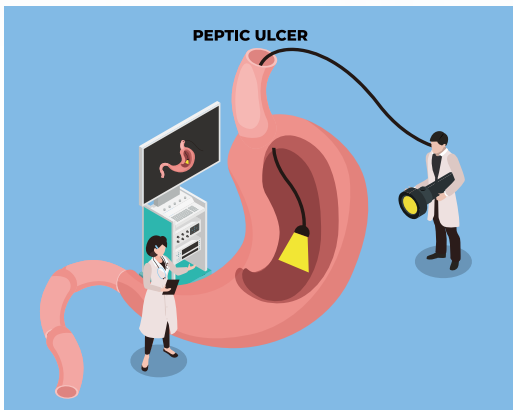
切開部分を縫合して終了します。

腹腔鏡手術の利点は従来の開腹手術に比べて手術後の痛みが少なく、回復が早いことです。また、傷跡が小さくて済むため、外見的にも美容的な問題が少ないというメリットもあります。しかし、腹腔鏡手術には特定の手術に適用される制約やリスクもありますので、患者の病状や医師の判断によって手術方法が選択されます。胃がんおよび大腸がんの腹腔鏡手術は、より効果的で迅速な回復を可能にする先進的な外科手術の形態で、手術を受けられる方に優しい手術であると考えています。



その他に当院で多く行われている良性疾患の胆石やヘルニアについて簡単に説明いたします。

胆石は、胆のう内に形成される石状の固まりであり、胆のうや胆管に閉塞を引き起こすことがあります。症状のある胆石に対しては、胆のう摘出術が行われることがあります。この手術では、胆のうが完全に摘出され、胆石による痛みや合併症を解消します。腹腔鏡手術（腹腔鏡下胆のう摘出術）が一般的



に行われ、小さいな切開で手術を行います。

ヘルニアは、内臓や組織が体の壁の弱い部分や隙間から突出する状態を指します。ヘルニア手術はヘルニアの突出した部分を元の位置に戻し、体の壁を修復する手術です。一般的に、ヘルニア手術には開腹手術または腹腔鏡手術が用いられます。開腹手術では、ヘルニア部分を切開して修復し、腹壁ヘルニアや鼠径ヘルニアなどの種類に応じてメッシュ補強などの手法が用いられます。腹腔鏡手術では、小さな切開を行い、内視鏡を用いて修復を行います。

これらの手術は、患者の症状や疾患の進行度合いに応じて行われ、手術後の回復には適切なケアとリハビリテーションが必要です。手術は、症状の緩和や合併症の予防、患者さんの生活の質の向上を目的としています。手術前には、患者さんと医師が慎重に治療計画を立て、リスクと利益を検討することが重要と考えています。


# 整形外科の疾患について



整形外科

こばやし ひろあき  
小林 裕明 先生





整形外科では、骨や関節、筋肉、腱、靭帯など身体の構造に関わる疾患や損傷の診断と治療を専門としています。また、整形外科は急性外傷や慢性の疾患、先天性の異常、そして加齢による変化など、さまざまな原因によって生じる問題に対処します。老若男女、すべての年齢が、対象になります。整形外科医は、外科的手技だけでなく、リハビリテーションやリハビリテーションの健康管理にも関わる必要があります。また、高齢化社会において整形外科は非常に重要な役割を果たしています。高齢者の人口が増加するにつれて、骨や関節の健康状態がますます重要になります。高齢者は骨粗しょう症や関節症などの慢性疾患に罹患しやすく、また、転倒し、骨折のリスクも高くなります。整形外科は、これらの問題に対処するための専門医療を提供し、高齢者の生活の質を向上させる役割を果たしています。

## 当院での取り組み

### ① 骨折治療

骨折は、急性外傷や慢性的なストレスなどによって生じることがあります。整形外科医は、骨折の種類や程度に応じて、適切な固定法や手術を行います。これにより、骨が適切に癒合し、患者が早期に日常生活に復帰できるようにします。

### ② 脊椎外科

脊椎外科は、脊柱や脊髄、周囲の組織に関連する疾患や損傷の診断と治療を担当します。脊椎外科医は、椎間板ヘルニア、脊椎変性疾患、圧迫骨折や椎体骨折を管理し、必要に応じて手術を行うことがあります。[\*1]

### ③ 関節置換手術(人工関節手術)

関節の損傷や疾患によって機能が損なわれた場合、人工関節手術が行われます。主に膝関節や股関節が対象となります。人工関節手術は、患者の痛みを軽減し、関節の動きを改善することで、生活の質を向上させることが目的です。[\*2]



#### ④ スポーツ整形外科

スポーツ整形外科は、スポーツに関連した怪我や損傷の治療を専門としています。筋肉や腱の損傷、関節の捻挫や脱臼、骨折など、さまざまなスポーツ傷害に対応します。また、スポーツ整形外科医は、アスリートのパフォーマンス向上や怪我の予防にも取り組みます。

#### ⑤ 骨粗しょう症の管理

高齢者の骨粗しょう症は、骨密度の低下によって骨が脆弱になる状態です。骨粗しょう症は、骨折のリスクを増加させ、高齢者の生活の質を著しく低下させる可能性があります。整形外科医は、骨粗しょう症の診断と治療に携わり、骨密度測定や適切な薬物療法などの方法を通じて、骨の健康を維持するための支援を提供します。

私たちは、日々の生活や運動能力に影響を与える疾患や障害に対処し、患者の生活の質を向上させること、いつまでも自分の足で歩けるようサポートできればと考えています。痛みでお困りの際は、ご相談ください。

#### ※1 脊椎椎体骨折

事故や転落など強い外力により生じる外傷性椎体骨折、比較的弱い外力によっても生じる骨粗鬆性椎体骨折や転移性腫瘍による病的骨折などがあります。治療は、コルセットで胴体を外から固定する治療、薬物療法と理学療法を組み合わせて行います。手術療法は、これらの保存的加療が無効な場合に適応になり当科では小さな皮膚切開部から、骨折した骨の中にセメントなどの補強材料を充填し、骨折部を固めて痛みを緩和する侵襲の少ない手術を行っております。



#### ※2 関節置換手術(人工関節手術)

変性した軟骨、骨を切除し金属の関節を形成することにより痛みを改善し運動機能を高める手術です。



特	定	看	護	師	の
取	り	組	み	に	
つ	い	て		3東病棟 後藤真波	





私は地域の中核病院に勤務する看護師として、専門分野を持ち入院中から退院後まで切れ目のない看護を提供したいと考えています。今回は、私が院内及び地域で取り組んでいることをお伝えしたいと思います。

はじめに看護師特定行為研修とは、医師のタスクシフトを目的に、看護師が手順書により特定行為を行う場合に必要とされる実践的な理解力・思考力・判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能の向上を図るための研修制度です。特定行為が必要な患者にタイムリーに技術を提供できるのがメリットです。

私は、2022年に看護師特定行為研修(創傷管理、創部ドレーン管理)を修了しました。私の選択した区分では、褥瘡や慢性創傷の血流のない壊死組織の除去や陰圧閉鎖療法、創部ドレーンの除去を行うことができます。

院内では、褥瘡がある患者や新たに褥瘡ができてしまった患者

に対し、創評価を行い必要時壊死組織の除去を行います。また、形成外科Drが介入する前の段階であれば軟膏の選択を行い、その後は形成外科医師や褥瘡委員会と協力し院内の褥瘡患者が悪化なく療養生活を送れるよう取り組んでいます。

つぎに地域での活動に関しては、2022年の診療報酬の改定では、専門性の高い看護師による同行訪問について「褥瘡ケアにかかる専門の研修を受けた看護師」として「特定行為研修修了者(創傷管理関連)」が追加されました。今後、よりいっそう質の高い看護が求められると同時に、地域包括ケアシステムの実現に向け、在宅の創傷管理の重要性が求められています。私は当院の在宅チームに所属し、院内からの訪問看護を目標に基盤作りをしています。今後は地域の他職種とも協働し、地域の皆様が自宅で安心して療養できるようお願いできればと考えています。



臨床検査科

# 心肺運動 負荷試験

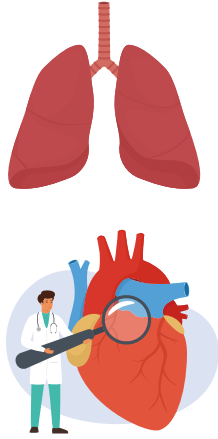
(Cardiopulmonary Exercise Training : CPX)



## なぜ呼吸をするのか？

呼吸をすることは、ヒトが生きていくために必要不可欠な要素です。では、なぜヒトは酸素を吸って二酸化炭素を吐くのでしょうか。

ヒトが活動をするのに必要なエネルギーは、食べ物から得られる栄養素を分解して作られます。この栄養素を分解するのに、酸素が必要になります。また、エネルギーを作り出すときに二酸化炭素も作られます。二酸化炭素は体にたまると悪影響を及ぼすため、速やかに体から排出されます。



## 運動と心臓の関係性

活動に必要なエネルギーの多くは筋肉で作られます。呼吸により取り込まれた酸素は心臓によって筋肉に届けられ、エネルギーに変換されます。運動時にはより多くのエネルギーが必要になるため、たくさん酸素を筋肉に届ける必要があります。そのため、心臓は心拍数を増やし、1回の拍動で送り出す血液の量を多くすることで筋肉に届ける酸素の量を増やします。しかし心不全や心筋梗塞などで心機能が低下している場合、運動をしても心拍数などの上昇が芳しくなく、必要な酸素の量を筋肉に届けることができません。その結果、息切れや疲労感が出現します。

## 心肺運動負荷試験 (CPX)について

最高酸素摂取量(最大で取り込んだ酸素の量)は、運動耐容能(体力)と寿命の目安に用いられています。心疾患では最高酸素摂取量が低下してしましますが、心臓リハビリテーションを行うことで改善が可能です。心臓リハビリテーションの中核となるのが運動療法です。しかし、運動量は多すぎると体に負担がかかり、少なすぎると効果が期待できません。

そこで、安全で効率の良い運動量を調べるためにCPXを行います。心電図と血圧計、専用のマスクを装着し、自転車を一定の速さで漕ぐ検査です。ペダルを徐々に重くし、漕げなくなるまで漕ぎます。



呼吸中の酸素濃度や二酸化炭素濃度などを測定することにより、その人にとって負担のかからない運動量を調べることができます。また限界まで漕ぐことで、今の時点での最高酸素摂取量がどのくらいかが分かります。

最適な運動量を決定するためには、被検者の協力がなければ不可能です。特に呼吸については、息もれや測定値の精確性のため、姿勢を崩さず、喋らずに検査を行います。適切な運動量の決定と正しい検査結果のため、ご協力をお願いします。

# 食事で夏バテ対策 必要な栄養素は？



1

## たんぱく質

体を作る基となる栄養素です。肉や魚、大豆製品・乳製品に多く含まれます。筋肉や免疫物質などを作るだけでなく、脳を働かせる神経細胞を形成する役割も果たしています。不足すると、疲労回復が遅れるためしっかり摂取することが大切です。

夏場はさっぱりとしたものや、喉越しのよい素麺など偏った食事になりやすいため、素麺に温泉卵やサラダチキン、ツナ缶などのトッピングをお勧めします。



2

## ビタミンB1・B2・C

夏バテ対策には、ビタミン群が効果的です。中でも、ビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンCは、夏に摂取しておきたいビタミンです。

ビタミンB1は疲労回復効果があり、豚肉やレバーなどに含まれています。

ビタミンB2は糖質、たんぱく質、脂質の代謝、エネルギー産生に関与しており、魚介類、肉類、海藻類、豆類、野菜類、種実類に多く含まれています。

ビタミンCは、免疫力向上やストレス緩和などの効果があり、じゃが芋やブロッコリー、果物などに多く含まれます。



3

## ミネラル

(ナトリウム・カリウム・カルシウム・マグネシウム・鉄など)

特に夏場は汗をかくことで体内のミネラルが失われてしまいます。

ミネラル不足は、免疫力の低下、貧血やめまい、脱力感、高血圧、疲れやすいなどの症状が現れます。

豆類や海藻類、小魚、ナッツ類などは、ミネラルを豊富に含む食材です。

サラダに砕いたアーモンドやカシューナッツをトッピングする、ハンバーグのタネにひじきを混ぜ込むなどをお勧めします。



健康管理センターからのお知らせ

# アレルギー検査

アレルギーとは、本来は体を異物の侵入から  
 防御する「免疫」が過剰に働いた結果、  
 引き起こされる症状のことです。  
 花粉症もアレルギー症状の一つです。  
 そこで当センターでは、血液検査で  
 アレルギーの原因となる頻度の多い  
 39種類の抗原を測定します。



## 食べ物

マグロ	サケ	サバ	カニ	エビ	鶏肉	豚肉	牛肉	ゴマ	キウイ	バナナ	リンゴ	ピーナッツ	大豆	ソバ	コムギ(実)	米	オボムコイド	卵白	牛乳
-----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-------	----	----	--------	---	--------	----	----

## 食品

他

## 吸入

ラテックス	ガ	ゴキブリ	イヌ(フケ)	ネコ(フケ)	マラセチア	カンジダ	アスペルギルス	アルテルナリア	ヨモギ	ブタクサ	オオアワガエリ	カモガヤ	シラカンバ	ハンノキ	ヒノキ	スギ	ヤケヒョウヒダニ	ハウスダスト1
-------	---	------	--------	--------	-------	------	---------	---------	-----	------	---------	------	-------	------	-----	----	----------	---------

職業性アレルギー

昆虫

動物

真菌(カビ)

雑草花粉

花粉

イネ科植物

樹木花粉

ダニ

室内塵

検査料金 | 16,500円

検査のみの実施となり、検査結果は別紙にて、後日、郵送いたします。

健康管理センター 0299-85-1139 (直通)

予約受付時間: 8時~15時30分(土曜日は11時30分まで)  
 [休診日: 日曜・祝日、・年末年始(12月29日~1月3日)]

4月より

## 12名の常勤医師が赴任いたしました

循環器内科

かたぎり まさし  
**片桐 順史**

外来日  
月曜日

循環器内科

やました とものり  
**山下 智慶**

外来日  
水曜日

循環器内科

ふせ しおり  
**布施 汐理**

外来日  
火曜日

腎臓内科

すぎの けんた  
**杉野 健太**

外来日  
火曜日

糖尿病内科

にしはら すみか  
**西原 澄芳**

外来日  
火曜日

呼吸器内科

さかもと よしたか  
**坂本 吉隆**

外来日  
第1・3・4・5土曜日

外科

すずき う  
**鈴木 宇**

外来日  
土曜日

整形外科

なかがわ たねとも  
**中川 種友**

外来日  
月・火・水曜日・第1・3・5土曜日

心臓血管外科

たぐさり おさむ  
**田鎖 治**

外来日  
火曜日

泌尿器科

なかがわ りょう  
**中川 亮**

外来日  
土曜日

麻酔科

いけだ ゆうすけ  
**池田 祐亮**

外来日  
—

腎臓内科

はっとり なつこ  
**服部 奈津子**

外来日  
木曜日

### 新任医師を迎え、医療体制の構築をしていきます。

1

患者様の  
意思を尊重した、  
安心安全で  
質の高い医療の  
実践

2

より専門性の  
高いがん治療の  
提供

3

救急医療の充実

4

分かり合える  
地域医療  
連携体制の構築

5

品格のある  
医療人の育成

# 当院周辺のバス時刻表

公共交通機関をご利用ください



## ■鹿嶋コミュニティバス【中央線】

鹿嶋（高松緑地公園）行

大人 300円  
子供 150円  
現金のみ

鹿島灘駅	小山記念病院	鹿島神宮駅	チェリオ・イオン	市役所前
7:05	7:44	7:49	8:03	8:13
9:35	10:14	10:19	10:33	10:43
10:35	11:14	11:19	11:33	11:43
14:45	15:24	15:29	15:43	15:53
16:50	17:29	17:34	17:48	17:58

## 大野（鹿島灘駅）行

市役所前	チェリオ・イオン	鹿島神宮駅	小山記念病院	鹿島灘駅
9:06	9:16	9:30	9:35	10:15
11:36	11:46	12:00	12:05	12:45
13:16	13:26	13:40	13:45	14:25
16:46	16:56	17:10	17:15	17:55
18:51	19:01	19:15	19:20	20:00

## ■鹿嶋コミュニティバス【湖岸海岸線】

湖岸回り（湖岸→海岸）行

大人 300円  
子供 150円  
現金のみ

鹿島灘駅	小山記念病院	鹿島神宮駅	チェリオ・イオン	市役所前
—	8:10	8:15	8:25	8:33
11:45	12:20	12:25	12:35	12:43
14:45	15:20	15:25	15:35	15:43
16:05	16:37	16:43	16:54	17:03

海岸回り（海岸→湖岸）行

市役所前	チェリオ・イオン	鹿島神宮駅	小山記念病院	鹿島灘駅
8:18	8:26	8:36	8:41	9:15
10:28	10:36	10:46	10:51	11:25
14:18	14:26	14:36	14:41	15:15
18:58	19:06	19:16	19:21	19:55



## ■鹿行広域バス【神宮あやめ白帆ライン】

麻生庁舎→チェリオ・イオン

麻生庁舎	潮来駅	水郷潮来バスターミナル	鹿島神宮駅	小山記念病院	チェリオ・イオン
7:15	7:36	7:45	8:10	8:15	—
8:00	8:29	8:38	9:03	9:08	9:29
9:10	9:39	9:48	10:13	10:18	10:39
10:40	11:15	11:26	11:54	11:59	12:20
12:45	13:20	13:31	13:59	14:04	14:25

チェリオ・イオン→麻生庁舎

チェリオ・イオン	小山記念病院	鹿島神宮駅	水郷潮来バスターミナル	潮来駅	麻生庁舎
9:50	10:03	10:09	10:33	10:43	11:25
11:45	11:58	12:04	12:28	12:38	13:10
13:55	14:08	14:14	14:38	14:48	15:30
15:40	15:53	15:59	16:23	16:33	17:15
16:50	17:03	17:09	17:33	17:43	18:25

200円  
~500円

※時刻表については抜粋して記載しております。詳細については、鹿嶋市政務課(電話 0299-82-2911)へお問い合わせください。

# 産後ケアの ご案内

宿泊型

## 当院の産後ケアについて

当院では宿泊型の産後ケアを行っております。  
他院で出産された方もご利用いただけます。  
これまで多くのお母さんたちがご利用くださり、ご好評をい  
ただいてきました。

### 産後ケアの対象

生後4か月までの赤ちゃんとお母さん  
※赤ちゃん以外のお子様は宿泊できません、ご了承ください。

### 産後ケアの内容

- お母さんと赤ちゃんの健康チェック
- 休息がとれるよう赤ちゃんをお預かり
- 授乳指導(抱き方、飲ませ方、ミルクの追加など)
- 育児技術の指導(オムツ交換や抱っこの仕方など)
- 育児相談、沐浴指導
- 有料:堤式乳房マッサージ(月・水・金)

産後のさまざまな不安やお悩みに対して、助産師が  
一人ひとりに合わせたサポート、アドバイスを実施いたします。

お問い合わせ 電話 0299-85-1111